



RELATÓRIO FINAL

ESTÁGIO PROFISSIONALIZANTE

MESTRADO INTEGRADO EM MEDICINA

ANO LETIVO 2019-2020

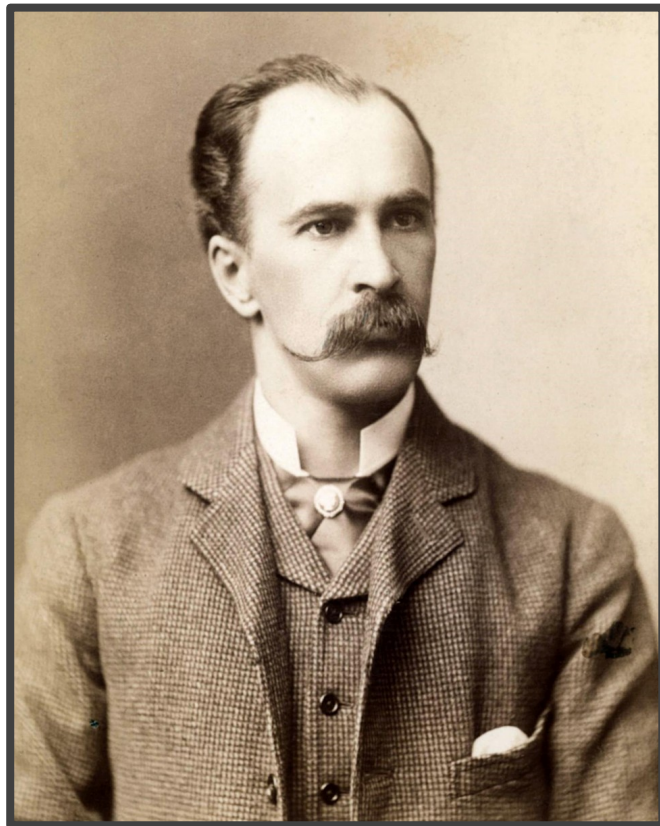
SARA SOFIA CAMACHO LEÇA GRATEROL

Nº 2014338 | 6º ANO

REGENTE: PROFESSOR DOUTOR RUI MAIO

ORIENTADOR: PROFESSOR DOUTOR LUÍS CAMPOS

LISBOA, JUNHO 2020



"Medicine is a science of uncertainty and an art of probability."

*"He who studies medicine without books sails an uncharted sea,
but he who studies medicine without patients does not go to sea
at all."*

Sir William Osler
(1849-1919)

À *muy* nobre Faculdade de Ciências Médicas, Regentes,
Professores, Tutores e Colegas com quem tive o privilégio de
contactar, deixo o meu mais sincero agradecimento por terem
contribuído para a transmissão de conhecimentos e valores para
a minha formação pré-graduada.

LISTA DE ABREVIATURAS

AEFCM – Associação de Estudantes da Faculdade de Ciências Médicas;

BO – Bloco Operatório;

CG – Cirurgia Geral;

CTG – Cardiotocografia;

CVP – Cruz Vermelha Portuguesa;

Dr. – Doutor;

Dra. – Doutora;

ECO – Ecografia;

EE – Especialista de Emergência;

EP – Estágio Profissionalizante;

EPI – Equipamento de Proteção Individual;

HBA – Hospital Beatriz Ângelo;

HJM – Hospital Júlio de Matos;

HL – Hospital da Luz;

HSAC – Hospital Santo António dos Capuchos;

HSFX – Hospital São Francisco Xavier;

GO – Ginecologia e Obstetrícia;

NMS|FCM – NOVA Medical School | Faculdade de Ciências Médicas;

MGF – Medicina Geral e Familiar;

MIM – Mestrado Integrado de Medicina;

OMS – Organização Mundial de Saúde;

SU – Serviço de Urgência;

UME – Unidade Metropolitana de Emergência;

UNL – Universidade Nova de Lisboa;

USF SJE – Unidade de Saúde Familiar São João do Estoril.

ÍNDICE

1. Introdução.....	6
2. Objetivos.....	7
3. Estágios parcelares / Atividades desenvolvidas.....	7
3.1 Medicina Geral e Familiar (MGF) - 9 de setembro a 4 de outubro de 2019	7
3.2 Pediatria - 7 de outubro a 31 de outubro de 2019.....	8
3.3 Ginecologia e Obstetrícia (GO) - 4 de novembro a 29 de novembro de 2019	9
3.4 Saúde Mental - 2 de dezembro 2019 a 10 de janeiro de 2020.....	9
3.5 Medicina Interna - 20 de janeiro a 13 de março de 2020.....	10
3.6 Cirurgia Geral (CG)- 16 de março a 15 de maio de 2020.....	11
4. Atividades Extracurriculares/ Elementos Valorativos.....	11
5. Reflexão Crítica	12
6. Anexos	14
Anexo 1 – Cronograma dos Estágios Parcelares	14
Anexo 2 – Trabalhos Realizados nos Estágios Parcelares.....	14
Anexo 3 – Atividades Formativas nos Estágios Parcelares.....	15
Anexo 4 – Certificados.....	17
1 Curso de Formação Base da Cruz Vermelha Portuguesa	17
Formação Profissional de Primeiros Socorros Psicológicos – CVP	18
XXIV Jornadas de “Urgência e Emergência em Cuidados de Saúde Primários”	19
Formação de Tripulante de Ambulância de Transporte (TAT) – CVP	20
Palestra – “Coronavírus 101”	21
Formação “COVID-19 – Resposta Operacional Equipa Mortuária” – CVP.....	22
Palestra – “Prescrição Social de A a Z”	23
Palestra – “Medicina de Catástrofe e Emergência”	24
Operação Hígia e Brigadas Móveis da Unidade Metropolitana de Emergência – CVP	25
Palestra – “NeuroRadiologia”	26
Palestra – “Let’s talk about Sexualidade na Gravidez”	27
Projeto Formativo – Testagens COVID-19	28
Voluntariado	29

1. INTRODUÇÃO

A NOVA Medical School | Faculdade Ciências Médicas (NMS|FCM) é uma unidade orgânica da Universidade NOVA de Lisboa (UNL) que confere o grau de mestre em Medicina, através da realização de dois ciclos de estudos integrados. A realização do primeiro ciclo de estudos confere o grau de licenciado em Ciência Básicas da Saúde e a realização do segundo ciclo de estudos confere o grau de mestre em Medicina¹.

A educação médica pré-graduada tem como finalidade: - ajudar o estudante médico a adquirir uma base de conhecimentos sólida e coerente, associada a um adequado conjunto de valores, atitudes e aptidões que lhe permita tornar-se um médico fortemente empenhado nas bases científicas da arte da Medicina, nos princípios éticos, na abordagem humanista que constituiu o fundamento da prática médica e no aperfeiçoamento ao longo da vida das suas próprias capacidades de modo a promover a saúde e o bem-estar das comunidades que servem².

Neste sentido, sendo o 6.º ano do Mestrado Integrado em Medicina (MIM) a última etapa da educação médica pré-graduada, surge o estágio profissionalizante (EP) que integra uma unidade curricular organizada em seis estágios parcelares sob tutela (Anexo 1), em sistema rotativo nas diversas áreas clínicas que culmina com a elaboração do presente relatório final e sua posterior discussão.

O EP é um passo crucial para o estudante de medicina na medida em que proporciona a passagem de observador para executante, promovendo a consolidação dos conhecimentos teórico-práticos adquiridos nos anos precedentes. É o colmatar de uma aprendizagem contínua, de complexidade gradual crescente ao longo do MIM. Sendo um estágio de natureza profissional, é pretendida a aquisição de competências clínicas, pessoais e interpessoais com o término do mesmo, visando o cumprimento dos objetivos globais e específicos previamente delineados de cada estágio parcelar.

Neste relatório descrevo os objetivos gerais e específicos do EP, as atividades desenvolvidas nos vários estágios parcelares, as atividades extracurriculares efetuadas que considero como elementos valorativos e termino com uma reflexão crítica, onde analiso e identifico o cumprimento dos objetivos propostos assim como os aspetos positivos e negativos do EP. Anexado ao relatório, encontram-se o cronograma do EP, os trabalhos e as atividades formativas realizados nos estágios parcelares, bem como as atividades extracurriculares que compõem os elementos valorativos.

¹ Regulamento N.º 821/2016, Diário da República N.º 159

² O Licenciado Médico em Portugal, 2005

2. OBJETIVOS

Como objetivos gerais e lineares a todos os estágios parcelares, pretendo:

- Consolidar conhecimentos sobre as patologias mais prevalentes em cada área clínica;
- Desenvolver um raciocínio clínico na abordagem diagnóstica e terapêutica, salientando os seguintes elementos: colheita da história clínica completa; exame objetivo dirigido; diagnóstico diferencial; pedido racional de exames complementares de diagnóstico e plano terapêutico adequado à patologia e ao doente;
- Reconhecer patologias que impliquem uma abordagem urgente ou emergente;
- Adotar uma abordagem biopsicossocial na gestão do doente
- Aprimorar a comunicação e interação com o doente, familiares e profissionais envolvidos na prestação de cuidados de saúde e aplicar princípios éticos e comportamento profissional;
- Conhecer os conceitos fundamentais da prevenção da doença e promoção da saúde a nível individual e populacional, incorporando-os, quando apropriado, nos planos de tratamento;
- Garantir a prestação de cuidados salvaguardando a integridade e nunca pondo em causa a minha segurança ou a segurança de outros;
- Reconhecer a necessidade e importância da melhoria contínua das aptidões clínicas e pessoais;
- Demonstrar aptidão e empenho na auto-aprendizagem, de modo a manter atualizado os conhecimentos e práticas clínicas no campo da Medicina ao longo da vida profissional.

3. ESTÁGIOS PARCELARES | ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

3.1 MEDICINA GERAL E FAMILIAR (MGF) - 9 DE SETEMBRO A 4 DE OUTUBRO DE 2019

O estágio parcelar de MGF teve uma duração total de 4 semanas, foi realizado na Unidade de Saúde Familiar São João do Estoril (USF SJE), sob orientação da Dra. Sandrine Fazio. Os principais objetivos específicos estabelecidos abrangem: entender a dinâmica de uma USF; identificar e gerir as patologias e motivos mais frequentes de consulta da comunidade em que estava inserida tendo em consideração as limitações clínicas e a relação custo-benefício; recorrer à evidência científica na prevenção primária, secundária, terciária e quaternária; identificar os recursos e meios disponíveis na comunidade; compreender as limitações e o papel de um médico de família na articulação e referenciação de cuidados.

Ao longo do estágio, assisti e participei de forma ativa nos diferentes modelos de consulta: consultas de doença aguda e consultas de vigilância (Planeamento Familiar, Saúde Materna, Saúde Infantil/Juvenil e Saúde do Adulto), permitindo-me contacto com uma vasta diversidade de patologias, idades e classes sociais. No

decorrer das consultas, a minha participação foi mais preponderante nas consultas de Saúde do Adulto, através da realização do exame objetivo assim como na discussão diagnóstica e terapêutica. Surgiu a oportunidade de realizar duas consultas de forma mais autónoma onde pude aprimorar os sete passos da consulta, utilizar o registo informático no método “SOAP” e a codificação com a classificação internacional de cuidados primários (ICPC-2). Este estágio possibilitou-me a observação de alguns processos administrativos - certificados por incapacidade temporária e atestados para renovação da carta de condução - e aferir que as patologias mais frequentes da comunidade da USF SJE são do foro endócrino-metabólico, músculo-esquelético e de saúde mental. Destaco ainda a oportunidade de assistir a uma ação formativa (Anexo 3) e auxiliar a gestão da plataforma “Siima Rastreios”® para rastreio da retinopatia diabética.

3.2 PEDIATRIA - 7 DE OUTUBRO A 31 DE OUTUBRO DE 2019

O estágio parcelar de Pediatria decorreu ao longo de 4 semanas, no Hospital São Francisco Xavier (HSFX), sob orientação do Dr. Edmundo Santos. Defini como objetivos específicos: comunicar com a criança/adolescente e seus familiares/cuidadores; reconhecer e saber atuar nas doenças mais comuns da idade pediátrica; identificar critérios de gravidade e situações urgentes ou emergentes por faixa etária.

A vivência clínica experienciada foi repartida pelas diferentes componentes do Serviço de Pediatria destacando: **berçário** - onde participei ativamente na triagem que compreendia a revisão do curso da gravidez e parto, exame objetivo do recém-nascido e confirmação da legibilidade para a vacina da BCG e reavaliação dos recém-nascidos para alta da maternidade; **enfermaria** - observei crianças das diferentes faixas etárias com uma grande diversidade de patologias e distintos graus de gravidade de doença; **neonatologia** - deu-me a oportunidade de contactar com as patologias mais frequentemente associadas à prematuridade, sépsis precoce/tardia e síndrome de dificuldade respiratória, e entender as especificidades e fragilidades inerentes à idade. Destaco a observação de uma ecografia cerebral transfontanelar com fluxometria doppler; **serviço de urgência (SU)** - foi a vertente em Pediatria que mais proporcionou a chance de colocar em prática a colheita de dados anamnéticos, a realização do exame objetivo dirigido às queixas e a discussão de orientações diagnósticas e terapêuticas das patologias mais comuns na idade pediátrica, essencialmente do foro infeccioso e traumático. Saliento a importância do ensino dos sinais de alarme aos familiares da criança, que possam proporcionar um novo recurso ao SU; **consultas** - de pediatria geral, imunoalergologia e de desenvolvimento, onde interpretei testes de função respiratória, testes cutâneos e observei crianças com perturbações do neurodesenvolvimento ou que possuíam fatores de risco para o mesmo, destacando a observação de uma criança com Síndrome de Goldenhar.

Quanto à componente formativa, realizei um workshop no Hospital Dona Estefânia, assisti a duas sessões clínicas, três seminários (Anexo 3) e elaborei uma história clínica que posteriormente apresentei em formato de caso-clínico com suporte visual (Anexo 2).

3.3 GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA (GO) - 4 DE NOVEMBRO A 29 DE NOVEMBRO DE 2019

Realizei o estágio parcelar de GO no Hospital Beatriz Ângelo (HBA), sob a tutela do Dr. Pedro Rocha, durante 4 semanas. Estipulei como objetivos específicos: conhecer as principais patologias no âmbito da obstetrícia e ginecologia e sua gestão; aperfeiçoar a recolha de dados obstétricos e realização de exame ginecológico; reconhecer uma gravidez de evolução normal e de risco.

O tempo de estágio foi dividido entre o SU, bloco de partos, bloco operatório (BO), enfermaria, consultas externas, ecografias (ECO) obstétricas e exames ginecológicos. No que concerne à vertente **obstétrica** destaco: **SU** - participei ativamente na observação das grávidas, auxiliando na recolha dos dados clínicos e obstétricos relevantes interpretando os traçados de cardiotocografia (CTG), avaliando o colo uterino com espéculo e palpação bimanual e procedendo à observação ecográfica. Aferi que os motivos mais frequentes para a recorrência ao SU eram as perdas hemáticas ou do rolhão mucoso e a dor ou desconforto abdominal; **bloco de partos** - observei a reavaliação das grávidas em trabalho de parto e assisti a diversos tipos de partos; **enfermaria** - procedi maioritariamente à avaliação de puérperas. Saliento a observação de um caso de indução de expulsão do conteúdo uterino (feto morto) e um caso de anidrámnios grave mantido tendo sido programado feticídio. Realço a importância da aquisição de competências na comunicação de notícias de carácter sensível, em particular numa fase tão marcante na vida da mulher como é a gravidez; **consultas** - de obstetrícia geral, de CTG e de HTA materna em que participei, predominantemente na avaliação do CTG e do colo uterino, na medição da altura uterina e auscultação dos batimentos cardíacos fetais; **ECO obstétricas** - observei rastreios combinados do 1.º trimestre e ECO morfológica do 2.º trimestre. Tive a oportunidade de observar um caso de agenesia completa do corpo caloso e ventriculomegalia. Relativamente à vertente **ginecológica**: **SU** - observei a drenagem de um quisto de glândula de Bartholin e remoção de pontos da episiorrafia; **BO** - assisti a várias cirurgias ginecológicas e participei numa histerectomia como 2.ª ajudante; **consultas** - de ginecologia oncológica e de senologia onde pus em prática a realização do exame objetivo ginecológico e mamário, a interpretação de meios complementares de diagnóstico e discussão da abordagem diagnóstica e terapêutica; **exames ginecológicos** - os principais exames observados foram citologias, colposcopias, teste de Shiller com solução de lugol e conização cervical realizados em mulheres com lesões de baixo grau do colo do útero.

Do ponto de vista formativo, apresentei, em reunião do serviço, um artigo de revisão (Anexo 2), assisti à apresentação de um trabalho e realizei um workshop na Maternidade Alfredo da Costa (Anexo 3).

3.4 SAÚDE MENTAL - 2 DE DEZEMBRO 2019 A 10 DE JANEIRO DE 2020

O estágio parcelar de Saúde Mental teve lugar no Hospital Júlio de Matos (HJM), na Clínica 4 – Unidade de Álcool e Novas Dependências, sob orientação da Dra. Joana Teixeira, durante 4 semanas. Delineei como

principais objetivos: identificar sinais de perturbação psiquiátrica mais prevalentes; identificar objetivos para intervenções de curto, médio e longo prazo.

A prática clínica neste estágio foi essencialmente realizada numa perspetiva observacional: **internamento** (Clínica 4) - observei a dinâmica de uma equipa multidisciplinar no acompanhamento de doentes internados para desabituação eletiva de álcool. O quotidiano no internamento baseia-se na elaboração das histórias clínicas assim como na gestão da terapêutica, na sensibilização e auxílio na construção e planificação do futuro dos doentes. Assisti às reuniões semanais com a equipa multidisciplinar, onde era abordada a evolução do doente e discutido o método de acompanhamento, pós alta hospitalar, mais adequado (comunidade terapêutica versus centro de dia na UTRA); **consultas externas** - de Alcoologia e Patologia Dual com observação de doentes com patologia aditiva (consumo de álcool por vezes associado a consumo de drogas) em diferentes fases da doença, nomeadamente na fase de dependência, abstinência e recaída. Constatei que é muito frequente haver outra patologia psiquiátrica concomitante à patologia aditiva, sendo a perturbação depressiva a mais comum; **SU** - tive a oportunidade de participar na colheita de informação clínica, discussão de hipóteses diagnósticas e gestão do doente. Destaco, ainda, a participação em seminários teórico-práticos realizados na faculdade e uma sessão de formação que teve lugar na UTRA (Anexo 3) e realização de história clínica (Anexo 2).

3.5 MEDICINA INTERNA - 20 DE JANEIRO A 13 DE MARÇO DE 2020

O estágio parcelar de Medicina Interna foi realizado no Hospital Santo António dos Capuchos (HSAC), decorreu ao longo de 8 semanas, sob a tutoria da Dra. Ana Serrano, cujos principais objetivos específicos foram: ser parte integrante da equipa médica participando de forma ativa, autónoma e responsável na vivência clínica da enfermaria; aprimorar capacidades de comunicação e articulação com os doentes, respetivas famílias e profissionais de saúde do serviço.

Ao longo das 8 semanas de estágio, a vivência clínica decorreu essencialmente na **enfermaria**, onde progressivamente participei de forma mais autónoma nas tarefas diárias da equipa médica em que estava integrada. Fiquei responsável por 1 a 2 doentes por dia, o que me permitiu aperfeiçoar a abordagem aos doentes, a colheita de dados anamnésicos, a realização de exame objetivo, a revisão, requisição e interpretação dos exames complementares de diagnóstico, a revisão terapêutica, a elaboração dos diários clínicos, o planeamento e realização de alta e, por fim, a gestão do doente em ambulatório. Deste modo, pude acompanhar a evolução clínica dos doentes ao longo do internamento. Realço que acompanhei uma doente com Síndrome Febril Indeterminado como diagnóstico inicial, que culminou na descoberta de uma Tuberculose Intestinal com afeção de todo o tubo digestivo sendo uma apresentação rara desta patologia. Tive a oportunidade de realizar vários procedimentos técnicos como gasimetrias arteriais e punções venosas, e auxiliei noutras técnicas invasivas nomeadamente, toracocentese e colocação de um cateter

venoso central. Participei nas reuniões do serviço, onde, esporadicamente, apresentava o resumo clínico de um doente, aprimorando capacidades de síntese e comunicação. A prática clínica experienciada no **SU** possibilitou-me adotar uma abordagem mais dirigida, permitindo diferenciar casos que necessitam de uma atuação mais ou menos urgente. Neste contexto, há que privilegiar uma anamnese e exame físico dirigidos, bem como um raciocínio clínico mais sistematizado. De um modo geral, as patologias mais observadas neste estágio foram do foro infeccioso, isoladas e/ou como fator descompensador de patologias de base sendo estas, principalmente, do foro respiratório ou cardíaco. Do ponto de vista formativo, assisti a várias sessões clínicas, aulas teóricas e aulas teórico-práticas (Anexo 3) com temas muito diversificados, desde patologias frequentes na população a patologias com apresentações raras e bizarras. Juntamente com as minhas colegas, escrevi e apresentei um artigo de revisão sobre uma patologia endocrinológica muito frequente na nossa população, dando ênfase à gestão terapêutica e complicações da doença (Anexo 2). Por fim, elaborei uma história clínica e uma apresentação para revisão teórica (Anexo 2).

3.6 CIRURGIA GERAL (CG)- 16 DE MARÇO A 15 DE MAIO DE 2020

O estágio parcelar de Cirurgia Geral deveria ter decorrido entre 16 de março e 15 de maio, com uma duração total prevista de 8 semanas, no Hospital da Luz sob a orientação do Dr. César Resende. Contudo, face à pandemia COVID-19 declarada a 11 de março de 2020 pela Organização Mundial de Saúde (OMS), e posterior implementação de estado de emergência em Portugal, todos os estágios e atividades presenciais foram suspensos. Neste contexto, assisti ao curso TEAM (“Trauma Evaluation and Management”) através de aulas online facultadas na plataforma virtual da faculdade. Participei em algumas reuniões com o tutor com recurso à plataforma Zoom, onde discutimos a realização de um trabalho que foi posteriormente apresentado no Minicongresso online, onde foram abordados outros temas variados (Anexos 2 e 3).

4.ATIVIDADES EXTRACURRICULARES/ ELEMENTOS VALORATIVOS

Participei em palestras formativas presenciais e online proporcionadas pela Associação de Estudantes da Faculdade de Ciências Médicas (AEFCM). A 2 de Abril de 2019, iniciei a minha integração como Especialista de Emergência (EE) da Cruz Vermelha Portuguesa (CVP). No decorrer deste último ano participei nas seguintes atividades e projetos: Emergência Pré-hospitalar; Operação Hígia - Posto Triagem SMART testes Covid-19; Brigadas Móveis da Unidade Metropolitana de Emergência (UME) para testagens COVID-19; Projetos Formativos. (Anexo 4)

5. REFLEXÃO CRÍTICA

É sabido que, a educação de um Médico é complexa; não pode ser apenas a aprendizagem de gestos e atitudes que lhe permitam prática profissional. Requer cultura, sem o que a sua compreensão do indivíduo doente será sempre limitada; formação científica sólida, sem o que não dominará as razões da sua atuação e não poderá progredir e inovar; impõe sentido ético e moral e interesse pelo próximo, sem o que não poderá apreender e viver o espírito de serviço que deve ser o paradigma da sua profissão³. Posto isto, considero que este EP, nas diversas valências clínicas teve um impacto muito grande na minha formação, nomeadamente na aquisição e consolidação de aptidões básicas teórico-práticas, independentemente da especialidade que pretenda seguir. Ao longo deste meu percurso, atingi muitos dos objetivos aos quais me propus: consolidei conhecimentos sobre as patologias mais frequentes em cada área clínica; aperfeiçoei um raciocínio clínico dirigido e sistematizado para o diagnóstico e terapêutica, sem nunca esquecer a abordagem centrada na pessoa e no seu contexto biopsicossocial; estabeleci uma melhor relação médico-doente.

Dos estágios parcelares destaco **Medicina Interna**, **GO** e **Pediatria** como os estágios onde mais evolui, pois senti uma maior integração no quotidiano das vivências clínicas nestas áreas, possibilitou-me uma maior autonomia na prática clínica, adquiri maiores conhecimentos por estar em contacto com uma maior diversidade de patologias e procedimentos técnicos. Além destes fatores, saliento o gosto pessoal pelas matérias dadas. Contudo, no que concerne à **Pediatria**, na valência de enfermaria, senti que o rácio profissionais/estudantes/doentes coartou a minha prática clínica, tendo mantido uma atitude mais observacional. Em relação a **MGF** saliento a importância do papel do médico de família que, pela sua proximidade com o utente e familiares, nas diferentes faixas etárias, é um agente de promoção da saúde e de prevenção da doença. Tem um papel preponderante de interligação do utente às outras especialidades, quando necessário. Quanto ao estágio de **Saúde Mental**, por ter ficado alocada a um serviço específico, Unidade de Alcoologia, não me foi possível ter uma visão holística desta área clínica. Além disso, nesta área a comunicação é um ponto fulcral para um bom seguimento e adesão terapêutica. Este tipo de comunicação implica conhecimento do doente e a adoção de uma linguagem acessível e motivadora, sendo imprescindível tempo e prática para a sua aquisição, estando a progressão da minha autonomia limitada em função do tempo de estágio. No que diz respeito ao estágio de **CG**, por ser uma área do meu interesse, lamento o facto de não poder ter sido realizado por suspensão do mesmo, face à pandemia COVID-19, bem como a falta de comunicação por parte da regência em solucionar esta problemática. Uma das soluções seria a abordagem dos conteúdos programáticos através das plataformas online disponíveis.

Contudo, o tempo que seria despendido para o estágio, foi por mim aproveitado prestando serviço na CVP

³ O Licenciado Médico em Portugal, 2005

em regime de voluntariado. Estive ativamente envolvida em diversas atividades de combate à pandemia COVID-19. As experiências por mim vividas na CVP, proporcionaram-me desenvolver competências pessoais e profissionais, num contexto excecional. Participei na “Operação Hígia - Posto Triage SMART testes Covid-19” no Hospital da Cruz Vermelha, na abordagem e organização das pessoas para a realização dos testes COVID-19. Integrei uma equipa de trabalho para a “Missão Lares” que tinha por objetivo a realização de colheitas de amostras SARS-CoV-2 nos lares com casos suspeitos. Com o aumento de casos suspeitos na população, esta missão foi substituída por um projeto que passou a designar-se “Brigadas Móveis da UME”. Fui responsável pela criação de um fluxograma de procedimentos de colheitas de amostras biológicas naso e orofaringeas, de checklist de material e pela criação de uma sequência de procedimentos de colocação e remoção adequada do Equipamento de Proteção Individual (EPI) para os socorristas e enfermeiros que irão fazer parte das brigadas. Colaborei numa ação formativa para as “Brigadas Móveis da UME” com o intuito de transmitir o funcionamento e procedimentos a adotar, quando ativadas as brigadas, com base nos documentos criados. Como consequência do empenho mostrado na apresentação da formação anteriormente referida, fui convidada a realizar um workshop teórico-prático de medidas de segurança para técnicos de saúde integrados num projeto em andamento da CVP que consiste no acolhimento de 25 jovens refugiados, possíveis suspeitos de COVID-19. Este workshop teve por objetivo sensibilizar para o sentido de proteção individual, ética de higiene e responsabilização no sentido de promover a saúde individual e coletiva e prevenir a transmissão do vírus SARS-CoV-2 neste grupo de indivíduos. Atualmente estou envolvida num projeto da CVP, com parceria da DGS e ACES da Amadora, para a realização de inquéritos epidemiológicos com o intuito de identificar cadeias de transmissão.

Para além da minha participação nestas atividades, em período de pandemia COVID-19, as minhas experiências e todo o contributo que prestei na área de emergência pré-hospitalar, enquanto especialista de emergência da CVP, proporcionou-me o desenvolvimento de competências pessoais. Ampliei os meus conhecimentos e aptidões nomeadamente na componente social, didática, o sentido de responsabilidade, organização, comunicação e autonomia, fruto do meu empenho pessoal.

Em todo o período de EP aprimorei os conceitos fundamentais da prevenção da doença e promoção da saúde a nível do doente individual e das populações e nas atividades extracurriculares procurei garantir a prestação de cuidados salvaguardando a integridade e nunca pondo em causa a minha segurança ou a segurança de outros.

Tenho consciência que ainda tenho muito para aprender, consolidar e aprimorar, sabendo de antemão que a medicina implica uma constante atualização e aprendizagem por estar em permanente evolução.

No cômputo geral, considero que este EP foi positivo. Revelou-se desafiante e enriquecedor para a minha formação pessoal e profissional.

6.ANEXOS

ANEXO 1 – CRONOGRAMA DOS ESTÁGIOS PARCELARES

Estágio	Duração	Local	Tutor
MGF	9 de Setembro a 4 de Outubro de 2019 (4S)	USF SJE	Dra. Sandrine Fazio
Pediatria	7 de outubro a 31 de Outubro de 2019 (4S)	HSFX	Dr. Edmundo Santos
GO	4 de novembro a 29 de novembro de 2019 (4S)	HBA	Dr. Pedro Rocha
Saúde Mental	2 de dezembro 2019 a 10 de janeiro de 2020 (4S)	HJM	Dra. Joana Teixeira
Medicina Interna	20 de janeiro a 13 de março de 2020 (8S)	HSAC	Dra. Ana Serrano
Cirurgia Geral	16 de março a 15 de maio de 2020 (8S) *	HL	Dr. César Resende

* Face à pandemia COVID-19, houve substituição do estágio prático por reuniões online com o tutor entre 31 maio e 19 junho 2020.

ANEXO 2 – TRABALHOS REALIZADOS NOS ESTÁGIOS PARCELARES

Estágio	Tipo de Trabalho	Tema
Pediatria	História Clínica	“Impétigo Não Bolhoso: Caso Clínico”
	Seminário	
GO	Seminário	“Management of cancer during pregnancy”
Saúde Mental	História Clínica	“Patologia dual - Perturbação da dependência de álcool e Perturbação depressiva major recorrente”
Medicina Interna	Artigo de Revisão	“Diabetes Mellitus”
	Sessão Clínica	
	História Clínica	“Síndrome Febril Indeterminado”
	Revisão Teórica	“Hemocromatose”
Cirurgia Geral	Minicongresso	“Adenocarcinoma Gástrico: Caso Clínico”

ANEXO 3 – ATIVIDADES FORMATIVAS NOS ESTÁGIOS PARCELARES

Estágio	Atividade	Tema
MGF	Seminário	XXIV Jornadas de “Urgência e Emergência em Cuidados de Saúde Primários”
Pediatria	Workshop	“Emergências Pediátricas”
	Sessão Clínica	“Tratamento Farmacológico da Enxaqueca”
		“Alterações da Lateralidade do Coração”
	Seminário	“Amigdalite Aguda: Caso Clínico”
		“Bronquiolite Aguda: Caso Clínico”
		“Nasofaringite Aguda: Caso Clínico”
GO	Workshop	“The Woman Gynecology”
		The Woman Obstetrics”
	Seminário	“Consenso Nacional da Vacinação contra HPV”
Saúde Mental	Seminário Teórico-Prático	“Exame do Estado Mental; Aplicação de entrevista diagnóstica estruturada; Abordagem do doente em agitação psicomotora; Abordagem do doente após tentativa de suicídio; Avaliação das funções cognitivas”
		“Estigma na doença mental e programas para pessoas com doença mental grave”
	Seminário	“Alcoolismo e Suicídio”
		“Síndromes Demenciais associadas à perturbação de uso de álcool”
Medicina Interna	Aulas Teóricas	“Alterações do equilíbrio ácido-base”
		“Decisões de Fim de Vida”
	Aulas Teórico-Práticas	“Diagnóstico diferencial de diarreias”
		“Eletrólitos e equilíbrio acido-base”
		“Infeções respiratórias”
		“Síndrome Febril Indeterminado”
		“Anti coagulação oral”
		“Normas de utilização de Antibióticos”
	Sessão Clínica	“Hospitalização Domiciliária”
		“Um Exantema Teimoso”

		"Uma rara apresentação de um tumor uterino"
Cirurgia Geral	Curso TEAM	"Trauma Evaluation and Management"
	Minicongresso	"Abordagem da Diverticulite Perfurada"
		"Litíase Biliar"
		"Abordagem ao Abdómen Agudo no Adulto j Jovem"
		"Rotura Esplénica"
		"Tumores Neuroendócrinos Gastro-intestinais e Pancreáticos"
		"Tumor Mesenquimatoso do Cego: Caso Clínico"
		"Doença de Crohn: generalidades e papel do tratamento cirúrgico"
		"Tumores Hepáticos Benignos"
		"Colangiocarcinoma: Tumor de Klastkin"
		"Pneumoperitoneu: apresentação clínica, diagnóstico e tratamento"
		"Abordagem à Icterícia: Neoplasia Maligna do Pâncreas"
		"Abordagem da Hemorragia Digestiva Alta"
		"Hérnias Inguinais"
		"Adenocarcinoma do Cólon: Caso Clínico"
		"Colite Ulcerosa"
		"Abordagem ao Nódulo da Tiróide"

ANEXO 4 – CERTIFICADOS

1CURSO DE FORMAÇÃO BASE DA CRUZ VERMELHA PORTUGUESA

(2 Abril a 29 Junho 2019)



DIPLOMA

Certifica-se que o(a) Sr(a).

Sara Sofia Camacho Leça Graterol

*concluiu com aproveitamento, o Curso de Formação Base da
Cruz Vermelha Portuguesa, que decorreu de:*

02 de Abril de 2019 a 29 de Junho de 2019

na Delegação/Centro Humanitário de:

Lisboa.

Lisboa, 9 de Dezembro de 2019

O Presidente da CVP

Francisco George
Presidente
Cruz Vermelha Portuguesa

FORMAÇÃO PROFISSIONAL DE PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS – CVP

(25 Maio 2019)

**Certificado de Formação Profissional**

Certifica-se que Sara Sofia Camacho Leça Graterol natural de Funchal nascida em 23/10/1995, com o N.º de Identificação Civil 14790145 válido até 29/05/2020, concluiu com aproveitamento o curso de Formação Profissional de Primeiros socorros psicológicos, em 25/05/2019, com a duração de 7:00 horas.

Unidades de Formação/Módulos/Outras Designações	Horas (hh:mm)	Classificação
Primeiros socorros psicológicos	7:00	-

Lisboa, 28 de maio de 2019

(1/A) Responsável pelo(a) Cruz Vermelha Portuguesa - Sede

(Assinatura e selo impresso ou eletrónico)

Francisco George
Presidente
Cruz Vermelha Portuguesa

Certificado n.º 96/2019 de acordo com o modelo publicado na Portaria n.º 474/2010

XXIV JORNADAS DE “URGÊNCIA E EMERGÊNCIA EM CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS”

(25 Setembro 2019)

**Certificado de Formação**

Para os devidos efeitos, declara-se que

Sara Graterol

participou nas XXVI Jornadas da USF S. João do Estoril – Urgências em Cuidados
de Saúde Primários, realizadas a 25.9.2019.

Estoril, 17 de Janeiro de 2020

A handwritten signature in black ink, appearing to read "S. Fazio", is shown within a rectangular box.

Sandrine Fazio

Responsável do Núcleo de Formação da USF São João do Estoril

FORMAÇÃO DE TRIPULANTE DE AMBULÂNCIA DE TRANSPORTE (TAT) – CVP

(1 a 13 Dezembro 2019)

**Certificado de Qualificações****Formação Modular**

(Portaria n.º 283/2011, de 24 de outubro)

Certifica-se que **Sara Sofia Camacho Leça Graterol**,
 natural de **Funchal**, nascido/a em **22/10/1995**,
 com o N.º de **Identificação Civil** **14790145**,
 válido até **29/05/2020**, concluiu com aproveitamento, em **13/12/2019**,
 no(a) **Cruz Vermelha Portuguesa - Escola de Socorrismo**, a(s) seguinte(s) unidade(s)
 de formação de curta duração do Catálogo Nacional de Qualificações, com início em
01/12/2019.

887/TAT/2019**Curso/Competências Adquiridas:** Tripulante de Ambulância de Transporte**Formação:** Inicial**Área de formação:** 720 - Saúde

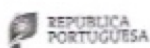
Componente de formação	Código	Unidades de formação de Curta Duração	Carga Horária 50 Horas
Tecnológica	8530	Módulo I - Abordagem e Reanimação (inc. SBV/DAE 7h) Sistema Integrado de Emergências Médica (SIEM), Abordagem à Vítima e Reanimação	25
	8531	Módulo II - Emergências para TAT Abordagem pré-hospitalar básica às emergências médicas e de trauma	25

Nota Final (Classificação 0..20)**18****Validade** 11/12/2024

Lisboa, 28 de Janeiro de 2020

O/A Responsável pelo(a) Cruz Vermelha Portuguesa - Escola de Socorrismo

(Assinatura e selo branco ou carimbo da entidade emiteente)

Certificado n.º 437 / 2019**CVP** ESO (sigla da entidade emiteente)

N.º Identificação Civil 14790145 - Página 1 de 1

PALESTRA – “CORONAVÍRUS 101”

(19 Fevereiro 2020)

**Coronavírus 101**

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

AEFCM - Associação de Estudantes da NOVA Medical School
Campo Mártires da Pátria, 130
1169-056 Lisboa



NOME

Sara Sofia Camacho Leça Graterol

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14790145

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5e4b1bbed6ac

Evento

Coronavírus 101

19-02-2020 18:30 → 19-02-2020 19:30 - Duração: 1 horas

Quarta-feira, dia 19 de Fevereiro, vais aprender tudo o que precisas de saber sobre Coronavírus!

Inscreve-te a partir de dia 13 de Fevereiro, às 15h no UpEvents e, para além da palestra incrível que vai ser, recebes pontos para o Intercâmbio que sempre quiseste fazer!

FORMAÇÃO “COVID-19 – RESPOSTA OPERACIONAL EQUIPA MORTUÁRIA” – CVP**(26 Março 2020)***Certificado de Presença*

A Coordenação Nacional de Emergência (CNE) confere o presente certificado de presença a **Sara Sofia Camacho L. Graterol**, pela sua participação na ação de formação “COVID-19 – Resposta Operacional Equipa Mortuária”, realizada no dia 26 de março de 2020.

(Coordenador Nacional de Emergência, Gonçalo Órfão)

HUMANIDADE IMPARCIALIDADE NEUTRALIDADE INDEPENDÊNCIA VOLUNTARIADO UNIDADE UNIVERSALIDADE

PALESTRA – “PRESCRIÇÃO SOCIAL DE A A Z”

(23 Abril 2020)

**Prescrição Social de A a Z**— *Certificado de Participação*

EMITIDO POR:

AEFCM - Associação de Estudantes da NOVA Medical School
Campo Mártires da Pátria, 130
1169-056 Lisboa



NOME

Sara Sofia Camacho Leça Graterol

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14790145

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5e9db62314098

Evento**Prescrição Social de A a Z**

23-04-2020 18:00 → 23-04-2020 19:30 - Duração: 1 horas

E se, quando formos médicos, para além de prescrevermos medicamentos - prescrevermos apoio social?

Tantos idosos polimedicados, mas com falta de apoio.

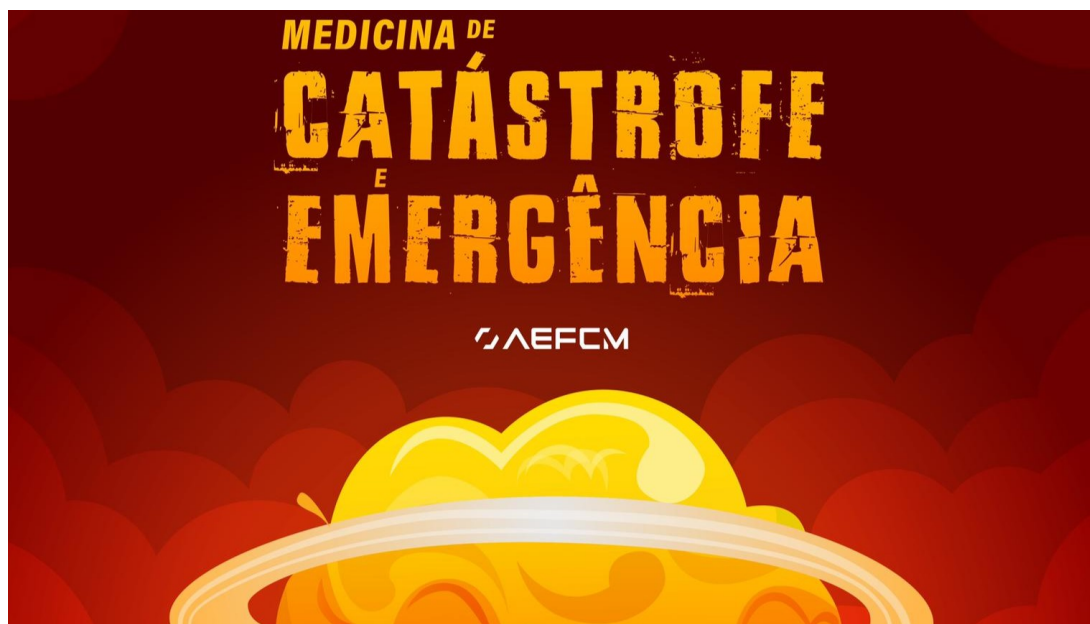
E de certeza que conheces pessoas que vão ao hospital para ocupar tempo, para combater a solidão e o isolamento.

aefcm.up.events

Comprovativo de Emissão de Certificado Electrónico

PALESTRA – “MEDICINA DE CATÁSTROFE E EMERGÊNCIA”

(27 Abril 2020)

**Medicina de Catástrofe e Emergência**

— Certificado de Participação



EMITIDO POR:

AEFCM - Associação de Estudantes da NOVA Medical School
Campo Mártires da Pátria, 130
1169-056 Lisboa



EMITIDO POR:

Sara Sofia Camacho Leça Graterol

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14790145

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5ea1a3a6866d2

Evento**Medicina de Catástrofe e Emergência**

27-04-2020 18:30 → 27-04-2020 20:30 - Duração: 2 horas

Guerra, terrorismo biológico, pandemias e agora?

Perante a situação COVID-19, tenho a certeza que o teu interesse pela gestão de recursos humanos e hospitalares em situações de emergência aumentou.

Para respondermos a esse interesse e esclarecermos as tuas dúvidas apresentamos esta palestra, que vai abordar não só a situação atual como também situações de guerra, de fenómenos naturais e atentados com agentes biológicos. Vamos poder contar com a presença e o conhecimento do Dr. Rui Moreno, médico na Unidade de Cuidados Intensivos Neurocríticos e Trauma no CHULC, no dia 27 de Abril às 18h30 na plataforma Zoom.

Inscreve-te no Upevents dia 23 de Abril a partir das 14h e, no dia da palestra, irás receber um email com o link para o Zoom!

aefcm.up.events

Comprovativo de Emissão de Certificado Electrónico

OPERAÇÃO HÍGIA E BRIGADAS MÓVEIS DA UNIDADE METROPOLITANA DE EMERGÊNCIA – CVP

(3 Abril a 23 Maio 2020)

**Declaração**

Cruz Vermelha Portuguesa – Delegação da Amadora, com Sede na Avenida da República nº10, 1 e 2º. 2700-710 Amadora, declara para os devidos efeitos que, **SARA SOFIA CAMACHO LEÇA GRATEROL**, portador do cartão de cidadão nº 14790145, válido até 29/05/2020, é voluntária da Unidade Metropolitana de Emergência, tendo estando integrada na Operação Hígia, Posto de Triagem Smart – testes Covid-19 e sendo responsável pela criação de fluxograma de procedimentos de colheitas de amostra biológica para Teste covid-19, para enfermeiros e assistentes das Brigadas Móveis da Unidade Metropolitana de Emergência. *Operação Hígia decorreu entre 3 de abril a 23 de maio tendo esta voluntária realizado um total de 50h30m.*

Amadora, 26 de maio de 2020.

Coordenador Local de Emergência

Cmdt. Amando Baptista

Delegação: Av. da República, n.º 10 - 1.º e 2.º
2700-710 AMADORA
Tel. 21 498 98 60
Fax 21 498 98 69

damadora@cruzvermelha.org.pt
cvpusas@sapo.pt

Unidade Socorro: Fórum Luís de Camões
2650-197 AMADORA
Tel. 21 475 00 11
Fax 21 475 75 26

PALESTRA – “NEURORADIOLOGIA”

(7 Maio 2020)

**Palestra de Neurorradiologia***— Certificado de Participação***EMITIDO POR:**

AEFCM - Associação de Estudantes da NOVA Medical School
Campo Mártires da Pátria, 130
1169-056 Lisboa

**NOME**

Sara Sofia Camacho Leça Graterol

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14790145

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5eb0730b3dfd5

Evento**Palestra de Neurorradiologia**

07-05-2020 21:00 → 07-05-2020 23:00 - Duração: 2 horas

A área de neurorradiologia suscita-te interesse?

Olhas para exames radiológicos, mas sem perceber o que estás a ver?

PALESTRA – “LET’S TALK ABOUT SEXUALIDADE NA GRAVIDEZ”

(8 Maio 2020)

**Sexualidade na Gravidez**— *Certificado de Participação*

EMITIDO POR:

AEFCM - Associação de Estudantes da NOVA Medical School
Campo Mártires da Pátria, 130
1169-056 Lisboa



NOME

Sara Sofia Camacho Leça Graterol

DOCUMENTO DE IDENTIFICAÇÃO

14790145

CÓDIGO DE CERTIFICADO

C-5eaea9302b081

Evento**Sexualidade na Gravidez**

08-05-2020 21:00 → 08-05-2020 22:30 - Duração: 1:30 horas

As mudanças físicas, hormonais e mentais pelas quais a mulher passa durante a gravidez são reais, e estas alterações podem levar a mulher a questionar a sua sexualidade! Para além disso, a par de tantas mudanças, há também uns tantos mitos e um vasto desconhecimento.

Queres saber mais sobre as alterações que acontecem durante o puerpério e o pós-parto? Quais os indicadores da depressão pós-parto? Como é que a amamentação influencia a sexualidade?

PROJETO FORMATIVO – TESTAGENS COVID-19

(19 Junho 2020)



**UNIDADE
METROPOLITANA
EMERGÊNCIA**

**Declaração**

Declara-se para os devidos efeitos que a Especialista de Emergência,

Sara Sofia Camacho L. Graterol

elaborou o Projeto Formativo que contemplou a definição dos objetivos pedagógicos, conteúdos programáticos, atividades realizadas e monitoragem do Workshop "TESTAGENS COVID-19" realizado na Unidade Metropolitana de Emergência com a duração de 2 horas, no dia 19 de Junho de 2020.

Amadora, 23 de Junho de 2020

Coordenador Local de Emergência

Cmdt. Armando Baptista

VOLUNTARIADO

(2019-2020)

DECLARAÇÃO DE VOLUNTARIADO

Declara-se que **Sara Graterol**, colaborou como voluntária do Centro Humanitário de Lisboa da Cruz Vermelha Portuguesa, na Ação Nacional de Recolha de Alimentos de Abril de 2019.

Lisboa, 15 de abril de 2019



CONSIGO
DAMOS + A
QUEM PRECISA

MISSÃO
CONTINENTE



Certificado

Atribuído à voluntária **Sara Graterol**
pela notável colaboração e espírito de iniciativa,
no âmbito do serviço de apoio a eventos,
realizado pela Cruz Vermelha Portuguesa
Centro Humanitário de Lisboa,
durante o ano de 2019.





DECLARAÇÃO

Para os devidos efeitos, se declara, que SARA SOFIA CAMACHO LEÇA GRATEROL, com o CC nº 14790145, é voluntário do Centro Humanitário de Lisboa da Cruz Vermelha Portuguesa, com o nº Membro Activo 19375, desde de Maio de 2019, integrando as equipas de emergência médica efectuando desde destas data até à data de hoje 216 horas de voluntariado.



Coordenador Local de Emergência
CRUZ VERMELHA
PORTUGUESA

12 de Março 2020

www.cruzvermelha.pt

HUMANIDADE IMPARCIALIDADE INDEPENDÊNCIA NEUTRALIDADE VOLUNTARIADO UNIDADE UNIVERSALIDADE